Nr. 6. ❋ Czerwiec 1933 ❋ Roczn. 3

DOBRO LUDU

Organ dla Społeczno-Gospodarczej Kasy Oszczędności i Pożyczek
(Spółdzielnia z ogr. odp.)
Miesięcznik poświęcony sprawom zdrowia ludu

KATOWICE
ul. Słowackiego 19
TELEFON Nr. 805.

Wydawca: Dr. Emanuel Kwaśnik, Katowice, ul. Słowackiego 19, I. p.
Druk: Drukarnia Max Rölle, sp. z ogr. por., Mysłowice, ul. Pszczyńska 9.

Dobro Ludu

ORGAN DLA SPOŁECZNO-GOSPODARCZEJ KASY OSZCZĘDNOŚCI i POŻYCZEK SPÓŁDZIEL. Z OGR. ODP. i
MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY SPRAWOM
— :: — :: — **ZDROWIA LUDU** — :: — :: —

Redaktor naczelny i odpow.: Dr. chem. Em. Kwaśnik, Katowice, Słowackiego 19

Redakcja i administracja: KATOWICE, SŁOWACKIEGO 19 I. p., tel. **805.**
Konto: P. K. O. Katowice 307 802 — Cena prenumeraty: miesięcznie 50 gr

Nr. 6 **Katowice, czerwiec 1933** **Rok 3.**

Samopomoc Społeczno-Gospodarczej Kasy Oszczędności i Pożyczek „Dobro-Ludu“ Spółdzielnii z ogr. odp. w KATOWICACH.

Nawiązając do umieszczonego w ostatnim numerze naszego czasopisma zebrania założycieli jak i przyjęcia protokołu i statutu społeczno-gospodarczej samopomocy, chcemy klientom naszym podać do łaskawej wiadomości ogólne warunki oszczędzności i pożyczek, ażeby każdy przy stawianiu wniosku o pożyczkę znał warunki Spółdzielni.

Ogólne warunki oszczędności i pożyczek.

§ 1. Wniosek.

Każdy z oszczędzających w razie stawiania wniosku na udzielenie bezprocentowej pożyczki, na zasadzie niżej podanych warunków, winien wniosek ten stawić na przepisanym formularzu Spółdzielni w Katowicach. Na wydrukowane zapytania na formularzu wnioskowym należy prawdziwie odpowiedzieć. Ustne porozumienia warunki dotyczące ważności wniosku, oraz zboczenia z warunków interesu są niedopuszczalne i nie są prawomocne. Wszystko to co nie jest podane na wniosku, jest dla Spółdzielni nieważne. Spółdzielnia zastrzega sobie prawo odrzucenia wniosku bez podania powodów.

§ 2. Polisa.

Każdy przyjęty przez Spółdzielnię wniosek zostanie przez przesłanie polisy potwierdzony. Z chwilą wydania polisy staje się umowa prawomocną i tak Spółdzielnia jak i oszczędzający jest obowiązany do przestrzegania przepisów wynikających z umowy.

§ 3. Wysokość kwot wnioskowych.

Wysokość, którą stawia się na wniosku jest ograniczoną. Najmniejsza kwota wynosi zł 100,— najwyższa zł 3000,—. Kwoty winny zawsze na pełne zł 100,— opiewać. Jeżeli kto potrzebuje wyższą pożyczkę jak zl 3000,— wtedy zawiera się więcej umów na to samo nazwisko.

§ 4. Sposób użycia pożyczki.

Spółdzielnia udziela swoim członkom bez wypowiedzenia bezprocentowych pożyczek na następujące cele:

a) na zakup mebli, sprzętów domowych i wyprawy.
b) „ „ maszyn i urządzeń warsztatów rzemieślniczych jak i interesów przemysłowych i handlowych.
c) na utworzenie kapitału do otwarcia jakichkolwiek interesów.
d) na spłacenie zobowiązań dłużniczych i prowadzenie procesów.
e) na złożenie kaucji przy objęciu interesu lub posady.
f) na stworzenie sobie egzystencji i studja.

g) na wypadek choroby lub śmierci.
h) na podróże wypoczynkowe, leczenia jak i we wszystkich innych wypadkach dłużniczych.

§ 5. Obowiązki oszczędzających.

Każdy z oszczędzających jest obowiązany do płacenia taryfowo wybranych rat miesięcznych do 10-go każdego miesiąca na konto w P. K.O. . . . . . . (konto oszczędności) w Katowicach. Każda opóźniona wpłata pociąga za sobą dłuższe czekania na udzielenie pożyczki. Wpłacone udziały się nie oprocentowuje, lecz składki oszczędnościowe oprocentowuje się na 8% rocznie.

§ 6. Zwłoka w płatnościach.

Jeżeli oszczędzający dłużej jak 2 mies. zalega z płaceniem swoich rat oszczędnościowych, Spółdzielnia ma prawo pozostałą sumę za pobraniem pocztowem ściągnąć, doliczając powstałe koszty (porto i koszty pisania) lub zainkasować przez inkasenta, który jest upoważniony do pobrania płatnej raty miesięcznej plus 10% dodatku. Osobnego potwierdzenia na to się nie wysyła. Jeżeli oszczędzający zalega z płaceniem rat 2 miesiące, Spółdzielni przysługują prawa wynikające z umowy oraz zapłata kosztów administracyjnych. Jeżeli oszczędzający zalega z zapłatą rat 3 po sobie następujące miesiące, to pozostała suma staje się natychmiast płatna. Za zaległe raty oblicza się odsetki zwłoki o 1% wyższe od każdorazowego dyskonta Banku Polskiego. Konto opieszałego płatnika zostanie odpowiednio do pretensyj Spółdzielni obciążone.

§ 7. Koszty werbunkowe.

Każdy stawiający wniosek, musi wpłacić do Spółdzielni udział w wysokości zł 50,— z tem, że będzie go spłacał przez 10 miesięcy po zł 5,— i który mu przy ewtl. wystąpieniu zostanie bezprocentowo zwrócony. Również wpłaca się tytułem wpisowego do Spółdzielni zł 10,—. Przy wniosku o pożyczkę opłaca oszczędzający jednorazowo koszty werbunkowe w wysokości 3% od sumy podanej na wniosku. Koszty te płatne są po przyjęciu wniosku. Kosztów tych w żadnym wypadku się nie zwraca (wyjąwszy odrzucenie wniosku). Jedną trzecią — więc 1% należy zastępcy naszemu za pokwitowaniem wpłacić. Dalsze 2% wraz z doliczeniem kosztów w wysokości zł 3,— za wygotowanie polisy dla każdego stawionego wniosku, będą za równoczesnem przesłaniem polisy pobrane za zaliczeniem pocztowem. W razie nieprzyjęcia wniosku zwraca się wnioskodawcy wpłaconą u zastępcy sumę.

§ 8. Koszty administracyjne.

Każdy oszczędzający zobowiązany jest do płacenia każdego miesiąca 0,5% kosztów administracyjnych od sumy podanej na wniosku. Kosztami temi obciąża się konto oszczędzającego zgóry na 1 rok. Zaczęte miesiące liczy się jako pełne. Do rat oszczędnościowych i spłacających wliczone są już koszty administracyjne, nie potrzeba ich zatem osobno płacić.

§ 9. Gwararancje oszczędzających.

Po przyznaniu pożyczki członkowi, musi tenże przed jej wypłaceniem przyjąć uwierzytelniony rewers dłużniczy, na mocy którego oświadcza i zobowiązuje się, iż podane przedmioty gwarancyjne i wszelkie inne gwarancje tak długo pozostają własnością Spółdzielni, dopóki ostatnia splata nie zostanie uregulowana. Spółdzielnia ma prawo, przed wypłaceniem kapitału na każdy jej odpowiadający sposób się upewnić, że pożyczka udzielona członkowi w każdym kierunku jest odpowiednio zabezpieczona. Pozatem muszą przedmioty gwarancyjne być zabezpieczone przed uszkodzeniem i zgubą (np. ogniem itp.). Sposób, wysokość i instytucję ubezpieczeniową wskazuje Spółdzielnia o ile poprzednio nie istniało już ubezpieczenie. Spółdzielnia może przyznanie pożyczki odwołać, lub zażądać natychmiastowego zwrotu wypłaconego już kapitału, jeżeli:

a) pożyczko-biorca zalega z wpłatami lub popadnie w konkurs,
b) stawiono wzgl. podane gwarancje nie są własnością pożyczkobiorcy i prawa osób trzecich do tych przedmiotów przemilczone zostały,
c) pożyczko-biorca przepisanych przez Spółdzielnię warunków gwarancji nie przestrzega lub płatnych premji punktualnie nie płaci,
d) podane przedmioty gwarancyjne nie podlegają zajęciu przez osoby trzecie.

Przy ewtl. zajęciach w każdym wypadku będziemy interwenjować. Stawione przedmioty gwarancyjne są tak długo własnością Spółdzielni, dopóki ostatnia spłata nie zostanie uskuteczniona. Gwarancje te mogą być: odstąpienia pensyj i rent, zapisy hipoteczne, grunta, poręczenia, ruchomości, urządzenia składów i mieszkań, fortepiany, maszyny lub tem podobne wartości.

§§ 10 i 11. Czekanie i przyznanie pożyczki.

1. Przyznawanie nastąpi odpowiednio do środków pozostających do rozporządzenia i możliwie każdego miesiąca. Zasegregowanie pożyczko-biorców do odpowiednich grup następuje po **2—4** miesiącach przy mniejszych pożyczkach, przy większych do 8 miesięcy, jeżeli zobowiązania płatnicze aż do czasu przyznania pożyczki punktualnie zostały regulowane i osiągnęły najmniej **20**% kwoty podanej na wniosku. Zapłata obowiązkowych rat musi być do dnia udzielenia pożyczki uiszczona. Do przydzielenia pożyczki jest miarodajna wysokość kolejności liczb, która wynika z zaliczonych dni oszczędnościowych.

2. Przyznanie następuje wspólnie przez kierowników Spółdzielni i radę administracyjną w obecności i przy współdziałaniu znawcy. (Znawcą jest członek Spółdzielni wybrany na 1 mies.) Przyznanie pożyczki zostanie oszczędzającemu pisemnie doniesione. Jeżeli w ciągu 2 mies. po tem doniesieniu nie nastąpi porozumienie co do zużycia pożyczki lub potrzebne gwarancje nie będą stawione, to Spółdzielnia może kwotę tę przyznać innemu członkowi. W tym wypadku przysługuje członkowi prawo zaliczenia go do najbliższej następnej grupy.

§ 12. Wypłata pożyczki.

Przyznana pożyczka zostanie wypłacona jeżeli:
a) dowód gwarancji na wysokość pożyczki wg. warunków § 13 złożony został,
b) żądane przez kierownictwo Spółdzielni szczegółowe podkłady złożone zostały i jeżeli oszczędzający przedłożył dowód, iż żaden wynajmujący nie posiada prawa zajęcia tychże wg. § 549 D. Ust.

§ 13. Zagwarantowanie pożyczki.

Jako gwarancję na przyznaną pożyczkę wraz z kosztami administracyjnemi winien oszczędzający, któremu pożyczkę przyznano z Spółdzielnią uskutecznić po myśli § 930 Dz. Ust., pisemną umowę, lub według wyboru Spółdzielni zawrzyć umowę na przechowanie lub zastawienie własności gwarancyj. Sposób i treść tych umów przepisuje Spółdzielnia. Spółdzielnia ma prawo zażądać w niektórych wypadkach dodatkowych gwarancyj. Koszty powstałe z oszacowania i stwierdzenia gwarancyj po udzieleniu pożyczki musi ponieść oszczędzający po doniesieniu mu ich. Pozatem zwraca oszczędzający wszystkie koszta i podatki, które wynikają z jego umowy. Również portem, kosztami biurowemi i kwotą abonamentową gazety zostaje konto członka obciążone.

Na pokrycie strat wynikających z udzielenia pożyczek, potrąca się przy wypłacie pożyczki jednorazową premję w wysokości 2% od sumy wnioskowej na stworzenie funduszu rezerwowego.

Zarząd ma prawo w ciągu 3 mies., jeżeli strata definitywnie stwierdzona została, rozporządzać funduszem rezerwowym i majątek ten może być wypożyczony także celem szybszego załatwienia dalszych wniosków o pożyczki.

§ 14. Wypłacenie sumy pożyczkowej.

Jeżeli członek zadość uczynił §§ 12 i 13 wtedy następuje wypłata:
a) przy nowych kupnach zasadniczo bezpośrednio dostawcy,
b) we wszystkich innych wypadkach rozstrzyga Spółdzielnia, komu wypłacić należy. Tak dalece jak tylko jest możliwem idzie się na rękę pożyczko-biorcy.

§ 15 Spłata.

Splata otrzymanej pożyczki wraz z kosztami administr. następuje w ratach miesięcznych płatnych zgóry, według obranej tabeli spłat. Splaty winny najpóźniej do 10-go każdego miesiąca nastąpić. Kwoty wynikające z tabel oszczędnościowych i spłat, zawierają już w sobie koszty administracyjne. Wyższych wpłat, jak płatnych rat do których się oszczędzający zobowiązał płacić nie należy.

§ 16. Wypowiedzenie umowy.

Członek, któremu pożyczki jeszcze nie udzielono ma każdego czasu prawo po upływie 1-go roku w którym umowę zawarto takową rozwiązać. Wystąpienie należy donieść listem poleconym. Podanie powodów nie obowiązuje. Koszty administracyjne jak i werbunkowe za

zaczęty rok musi występujący członek w każdym wypadku w zupełności opłacić. Jako gwarancję pokrycia tych kosztów przysługuje Spółdzielni prawo potrącenia tychże kosztów z zaoszczędzonych rat. Nadwyżkę powstałą z oszczędności wypłaci się członkowi jeżeli Spółdzielnia innemu interesentowi odda jego polisę oszczędnościową i jeżeli ten nowy członek zaoszczędził najmniej taką kwotę, jaką poprzednikowi zwrócić należy. Członek, który pożyczkę otrzymał może umowę rozwiązać uwzględniwszy 3-ny czas spłaty i z końcem każdego roku kalendarzowego, jeżeli pożyczka wraz z wszystkiemi do tego czasu płatnemi kosztami administracyjnemi zwróconą została. Spółdzielnia ma prawo umowę natychmiast rozwiązać jeżeli:

a) członek, któremu jeszcze pożyczki nie przyznano, zalega z zapłatą obowiązkowych rat dłużej jak 3 miesiące,
b) członek, który pożyczkę otrzymał zalega dłużej jak 3 mies. ze spłatą, pomimo monitu,
c) przedmioty gwarancyjne zaniedbane zostaną w konserwacji, tak że czas ich wartości nie zostanie utrzymany,
d) podane na formularzu zapytań gwarancje są nietylko na pokrycie pożyczki, lecz Spółdzielnia ma prawo zafantowania ich w razie niewypełnienia warunków umowy,
e) członek zadłużony jest ponad miarę i bez sądu swoich spłat nie uskuteczni lub w konkurs popadnie,
f) jeżeli przedmioty gwarancyjne odpowiednio do swych wartości nie zostaną ubezpieczone przeciw złodziejom i ogniu, względnie płatne za nie premje ubezpieczeniowe na czas uregulowane nie zostały.
g) Sposób, wysokość i towarzystwo ubezpieczeniowe ustala Spółdzielnia. Jeżeli istnieje jakiekolwiek ubezpieczenie w dobrem towarzystwie asekuracyjnem zostanie takowe po zatwierdzeniu przez Spółdzielnię uznane za dostateczne pokrycie.

§ 17. **Odstąpienie umowy.**

Jeżeli wnioskodawca chce się z umowy wycofać, to może tenże, po zatwierdzeniu przez Spółdzielnię, swoje prawa i obowiązki wynikające z zawartej umowy o pożyczkę przenieść na inną osobę. Za przepisanie to liczy się koszty w wysokości 1 % sumy o którą wniosek stawiano, najmniej jednak zł 5.—. Wypowiedzenie należy przesłać listem poleconym. Koszty administracyjne wg. § 8 muszą być w każdem razie zapłacone i nie podlegają zwrotowi. Jeżeli członek umrze to jego spadkobiercy, którzy na żądanie zobowiązani są przedłożyć dokument spadkowy, mogą wspólnie umowę pożyczkową w ciągu 1 mies. z końcem, po śmierci członka odwołać z terminem 3-miesięcznym.

§ 18. **Przedłużenie terminu zapłaty.**

W wypadkach nie zawinionych przez oszczędzającego, jak choroby, bezrobocia etc. może Spółdzielnia na czas trwania tych okoliczności zastosować pewne złagodzenia w spłatach rat i kosztów administr.

§ 19. Ubezpieczenie na życie.

Spółdzielnia jest gotowa każdego członka, który przy przyznaniu pożyczki nie przekroczył 50 roku życia, w zupełności zdrów jest i w ciągu ostatnich 3 lat, licząc od dnia przyznania pożyczki żadnym poważnym wzgl. chronicznym chorobom nie podlegał na jego specjalny wniosek i pisemne zobowiązanie, że w czasie istnienia umowy płacił będzie 1 % rocznie od sumy wnioskowej na obronę ubezpieczenia — ubezpieczyć na wypadek — śmierci z tem, że w czasie jego śmierci, spadkobiercy nie są zobowiązani do spłat wzgędem Spółdzielni i że reszta długu umorzona zostaje. Na podstawie tego ubezpieczenia na życie upada dalsza pretensja Spółdzielni tylko wtedy, jeżeli członek aż do swej śmierci obowiązkom swoim, wynikającym z umowy o pożyczkę punktualnie zadość uczynił. W wypadku samobójstwa członka przyznane zostaje ubezpieczenie na życie tylko wtedy, jeżeli udowodnionem zostanie, że czyn ten popełniony został w stanie zamroczenia umysłu, chorobliwego stanu umysłu albo na podstawie ciężkich cierpień cielesnych.

§ 20. Organ wiadomości.

Każdy członek obowiązany jest do abonowania organu wiadomości, który Spółdzielnia w miarę możności co miesiąc wydaje. Opłatę za organ ten pobiera się w wysokości 50 gr za każdy numer wzgl. konto członka zostaje kwotą tą obciążone. Gazeta ta zawiera ważne wiadomości nietylko dla oszczędzających, lecz także i dla członków, którym już pożyczkę przyznano. Ewentualne potrzebne zmiany ogólnych warunków i taryf zostaną w gazecie tej ogłoszone.

§ 21. Zmiana miejsca zamieszkania.

Każdorazową zmianę miejsca zamieszkania członka przed i po udzieleniu pożyczki należy natychmiast Spółdzielni donieść. Przy wszelkich zapytaniach i odpowiedziach należy dołączyć odpowiednie znaczki pocztowe. Ewtl. koszty powstałe na skutek nie doniesienia o zmianie miejsca zamieszkania ponosi członek.

§ 22. Miejsce spełnienia i siedziba sądowa.

Miejscem spełnienia zobowiązań i siedzibą sądową są Katowice. Wszelkie płatności należy uiszczać w miejscach przez Spółdzielnię wskazanych. Zapłaty uskuteczniane gdzieindziej lub u zastępców uważa się jako nieistniejące i Spółdzielnia odmawia wszelkich odpowiedzialności za takowe. Poszczególnych wpłat się nie potwierdza. Kwity wpłat są dowodami wpłat. Zastępcy upoważnieni i obowiązani są tylko pobrać za kwitem przy zawieraniu umowy 1/3 kosztów werbunkowych t.j. 1% kwoty podanej na wniosku. (p. § 7) Jeżeli po udzieleniu pożyczki okaże się konieczność oszacowania gwarancyj przez Spółdzielnię lub kogoś przez Spółdzielnię upoważnionego i powstaną stąd koszty, to pokryć je musi członek natychmiast po zawiadomieniu go o nich, wzgl. musi wpłacić na nie zgóry zaliczkę. Pozatem zwraca członek Spółdzielni wszelkie koszty i podatki, które ciążą na umowie oszczędnościowej i jej przeprowadzeniu, natychmiast po podaniu mu

ich. Za potrzebne monity oblicza Spółdzielnia jako koszty monitów 4-krotne porto za zwykły list do 20 g w obrocie zewnętrzym.

§ 23. Zmiany warunków.

Potrzebne ewtl. zmiany warunków oszczędnościowych i pożyczkowych jak i taryf zostaną upublikowane w organie wiadomości „Dobro Ludu" i stają się prawomocne dla każdego członka jeżeli w ciągu 4 tygodni po ich ogłoszeniu, członek nie wniesie sprzeciwu listem poleconym u „Dobro Ludu".

§ 24. Związki.

Spółdzielnia jest także uprawniona, warunki umowy wpłat i spłat zastosować względem prawnych związków jawnych i prywatnych.

§ 25. Podatek od ubezpieczenia.

Od rat miesięcznych należy opłacać podatek ubezpieczeniowy w wysokości 2% premji na podstawie ustawy z . . . . Podatek ten należy każdego miesiąca wraz z ratą przesłać.

Objaśniaj i werbuj!

dla wszystkich współpracowników.

1. Każdy mąż zaufania i każdy zastępca winien przy werbowaniu stosować się ściśle do zarządzeń i warunków.

2. Zarządzenie i warunki ustanawia się poto, aby obustronnie dokładnie wypełniane zostawały.

3. **Specjalne umowy wszelkiego rodzaju nie są ważne. Przedewszystkiem należy się wstrzymywać od jakichkolwiekbądź przyrzeczeń.**

4. Przy werbowaniu bądź prawdomówny i szczery i załatwiaj się krótko o ile to jest możliwem. Należy się wystrzegać każdego długiego opowiadania. Objaśniaj jednak interesenta stosownie, o sensie samopomocy i celowym oszczędzaniu.

5. Nie probuj przez ładne opowiadania i ustne zapewnienia werbowanego członka przenieść w krainę baśni, bo przez to stracisz zaufania.

6. Nie zapominaj nigdy, że interesent, który do nas przychodzi ma specjalny interes, przeto każ się dobrze poinformować. Jeżeli nie będziesz mądry z klienta, to stawiaj krótkie i szczegółowe pytania, aby ominąć wszelkie omyłki. Specjalnie trudne wypadki przedkładaj kierownictwu Spółdzielni.

7. Przedewszystkiem zwracaj na to uwagę, że przydziały tylko wtedy nastąpić mogą, jeżeli warunki zupełnie wypełnione zostały i w płaceniu rat wynikających z umowy nie nastąpiło żadne opóźnienie.

8. Objaśniaj interesenta dokładnie i szczegółowo PRZED ZAWARCIEM UMOWY, jakie spłaty i kiedy je regulować musi. Przyłącz do tego czas czekania.

9. Nim zwerbowany interesent umowę podpisze, zwróć na to uwagę, aby zapoznał się z łatwo zrozumiałą treścią tejże.

10. Kto będzie przestrzegał te wskazówki, będzie miał stale dobre rezultaty w werbowaniu i prędko zaskarbi sobie zaufania interesentów.

Każdy mąż zaufania i zastępca musi kłaść specjalną uwagę na dokładne informowanie interesentów. Wychowanie do myśli celowych oszczędności, do obustronnej gotowości pomożenia winno być jego pierwszym i największym celem.

Życzenie
każdej matki, pani domu i narzeczonej
wyprawa bieliznania!

Dawniej łatwiej było kobietom — przez długoletnie pilne oszczędzanie i kupowanie, kobieta była w tem szczęśliwem położeniu, swoją wyprawę bieliznanią, — dumę, każdej narzeczonej sama sobie sprawić. Dziś jest to wprost niemożliwe, za wyjątkiem kilku — lub tylko kilkunastu wypadków. Nietylko, że pracująca narzeczona zaledwie wyżyć może za swoją pensję, to jeszcze wspomaga tego lub owego z rodziny. Także długie lata trwającego kryzysu gospodarczego porobiły pokaźne luki w zapasach każdej starannej gospodyni. Liczna rodzina nie ma taksamo jak narzeczona w dniu swego ślubu, możności poczynić większych zakupów bielizny, zapełnić swoje bieliźniarki — powłokami bielizną osobistą i stołową. Z uwagi na te stosunki, wybraliśmy najpewniejszą drogę, dopomoc wszystkim pracującem warstwom, a przez zawarcie umowy na celowe oszczędzanie, z naszem towarzystwem, każdy ma możność swoje zapasy bieliźniane dopełnić i odnowić. Każda narzeczona może kompletną wyprawę kupić, bez obawy, że nie będzie w możności wypełnić przyjętych na siebie zobowiązań. Potrzebne są tylko bardzo małe oszczędzająco-spłacające raty miesięczne na zakup bielizny wszelkiego rodzaju. Wg. przedłożonych cenników o bardzo zredukowanych cenach, może każdy wg. upodobania wyszukać i zestawić, co chce i potrzebuje. Przytem należy uwzględnić, że tylko towar pierwszorzędnej jakości dostarczony zostanie, gdyż już nazwy jak Łódź i Bielsko gwarantują jego jakość.

Na życzenie nadeślemy kompletne cenniki na wszelkiego rodzaju bieliznę na łóżka, osobistą i stołową wraz z wzorami, na podstawie których można będzie jakość stwierdzić i wybrać Wobec powyższego potrzeba tylko przy wyprawach do zamążpójścia, bieliźnianych itd. zawrzeć umowę na pożyczkę spłacającą bez wypowiedzenia w Spółdzielni naszej w Katowicach. Dr. E. Kwaśnik.

Grzyby są pożywne!

Niestety zdarza się to nawet dzisiaj jeszcze zawsze, że nieswiadomi zbieracze, albo niesumienni sprzedawacze przynoszą na rynek grzyby nie do jedzenia względnie nawet trujące. Powoduje to zatem wśród ludności zupełnie uzasadnioną obawę przed spożywaniem grzybów, a niektóre rodziny zupełnie omijają grzyby w ich codziennem życiu.

Grzyby jadalne są nietylko pożywieniem, abstrahując ich wysoką wartość odżywczą, ale przynoszą z sobą mile widzianą zmianę do codziennie podawanych potraw.

Kobieta, która zajmuje się przyrządzaniem grzybów, albo tylko czuwać chce nad przyrządzaniem tychże, znajdzie w następujących ustępach ważne wskazówki co do zbierania albo zakupu najważniejszych grzybów jadalnych. Zbieraniem grzybów zajmują się niektórzy jedynie dla przyjemności względnie dla sportu, jest jednakże koniecznem dokładna znajomość tych grzybów jadalnych, które się z sobą zabrać chce. Wogóle znajduje się przeszło 2000 rodzaji wyższych grzybów, z których mniejwięcej 150 jest bez zarzutu i nadają się do użytku ludności. Powyższe liczby wskazują dokładnie na to, iż nie jest rzeczą łatwą przyswoić sobie dokładną znajomość grzybów jadalnych. Do tego potrzebna jest rzeczywiście dokładna nauka i długo letnie doświadczenia.

Należy zatem zbierać tylko takie grzyby, które albo sami dobrze jako jadalne znamy, albo przez znawców jako takie zidentyfikowane zostały. Z grzybów jadalnych należy brać też tylko świeże okazy, nigdy stare, cuchnące i robaczywe. Przez deszcz zupełnie przemoczone grzyby należy nie zbierać. Grzyby nie odcina się przy ziemi, tylko okręca się je przy ziemi, przy zbieraniu. Jeżeli grzyb obcięliśmy to należy przynajmniej pień przykryć ziemią, aby umożliwić mu dalszy odrost. Grzyby należy o ile możności zaraz w miejscu ich znalezienia oczyścić z największego błota, przy obciągalnych grzybach (maślarki) ściągnąć zaraz lepiący się wierzchni naskórek.

Zebrane Grzyby należy w domu natychmiast oczyścić, a nie zostawiać ich nieoczyszczonych do drugiego dnia.

Przy zakupie grzybów na rynku winniśmy się również ograniczać do takich, których absolutną zdatność jadalną z własnego doświadczenia znamy, albo które przez poważnych znawców, jako bez zarzutu uznane zostały. Obecnie nie potrzebujemy mieć obaw, przy zakupie grzybów na targach miejskich, gdyż wszędzie ostre badania podejmują organy targowe na przywożone grzyby.

Jednakże pomimo to należy we wszystkich wypadkach, każdy grzyb przy czyszczeniu i krojeniu dokładnie zbadać i podejrzane kawałki bez zastanowienia odrzucić. Jednak przedewszystkiem bardzo ostrożni musimy być przy kupowaniu grzybów od domokrążców, gdyż nie podlegają urzędowej kontroli. To samo dotyczy zakupów na wsi od nieznanych osób, które przeważnie tylko przypadkowo zajmują się zbieraniem grzybów.

Ciąg dalszy nastąpi!

Kobieta w podróży i na wycieczce.

Niejednokrotnie zdarzało się nam, że będąc w podróży lub na wycieczce, miałyśmy nieraz wielkie kłopoty z pielęgnacją naszej twarzy i rąk.

Każda z nas świadoma jest tego, że kobieta, gdziekolwiekby się nawet znalazła musi wyglądać zawsze świeżo i czysto i nie wątpię ani na chwilę, aby którejkolwiek z pośród nas nie zależało na tem. Stworzone przecież zostałyśmy poto, aby upiększyć ten świat i wszystko co na nim i w życiu naszem jest szarego i brzydkiego przyćmić swoją osobą. Nie wolno nam zatem ani na chwilę nigdy zapominać o naszym wyglądzie. Jeżeli wybieramy się w podróż krótką lub daleką względnie na wycieczkę, zaopatrzeć winnyśmy się w mydło, watę, krem, wodę do mycia twarzy, (maleńka buteleczka) oraz wodę kolońską. Jak szkodliwie działa, zabieramy przez większość nas puder, zamiast powyższych artykułów, (które minimalnie zabierają więcej miejsca) w torepce. Skóra np. twarzy pokryta pudrem, zachowa przez pewien czas świeżość, która jednak w krótce pod wpływem ciepła znika, przyczem na twarzy tworzą się drobne wyrzuty i wągry. Przed każdem użyciem pudru należy zmyć twarz wpierw wodą do mycia twarzy za pomocą waty, następnie nałożyć na twarz krem i potem dopiero przypudrować. Wody do mycia twarzy nie należy zastępować wodą kolońską. Jest to wprawdzie bardzo dobry środek odświeżający, jednak do mycia twarzy się nie nadaje, gdyż zmywa tłuszcz i suszy zbyt silnie skórę. Ręce, których skóra jest bardziej odporna na działanie wody kolońskiej możemy nią myć.

Na wycieczkach powinnyśmy o ile to nam jest możliwem jaknajwięcej korzystać z kąpieli powietrznych i słonecznych. Nie ma bowiem drugiego tak dobrego środka kosmetycznego, jak czyste powietrze. Ażeby przy kąpielach powietrznych i słonecznych uniknąć bolesnych zapaleń skóry, winnyśmy przestrzegać kilka warunków, które nam pozwolą opalić skórę twarzy i ciała na upragniowy kolor brązowy. Przed pierwszem wystawieniem skóry na działanie promieni słonecznych, trzeba twarz i resztę ciała pokryć jakimś olejkiem kosmetycznym, tłustym kremem lub z braku tychże, zwykłą oliwę jadalną. Chociaż warstwa jakiegokolwiek z podanych tłuszczy chronić będzie skórę naszą przed zbyt silnem działaniem promieni słonecznych nie należy jednak z początku pozostawać zbyt długo na słońcu.

Chęci opalenia się nie trzeba zaspokoić w krótkim czasie, czynić to musimy z cierpliwością (jesteśmy przecież i tak bardzo cierpliwe).

Z początku dobrze byłoby wogóle unikać bezpośredniepo naświetlania słońcem. Rozpocząć winnyśmy od kąpieli powietrznych 15 — 30 minut dziennie, przyczem należy wysmarować całe ciało dokładnie tłuszczem.

Codziennie przedłużać dzienną kąpiel powietrzną o kilka minut, a po ośmiu dniach możemy ciało nasze bezpośrednio wystawić na światło słoneczne. Leżeć trzeba spokojnie, odwracając się co 8 — 10

minut, aby równomiernie naświetlić plecy i klatkę piersiową. W końcu krótkim natryskiem zmyć ciało i wytrzeć szorstkim ręcznikiem. Przy naświetlaniu należy głowę zawinąć białym zawojem, a na oczy nałożyć ciemne okulary.

Kciuk i charakter.

Mówi się, że kciuk jest najważniejszym palcem, że jest on tem który cechuje inteligencję ręki.

Nie jest zatem dziwną rzeczą, że wiele ludzi mniema, iż istnieje łączność między kciukiem i charakterem i, że można z jego kształtu wielkości itd. wywnioskować charakter właściciela, jego dobre lub złe strony, jego zdolności itd.

Dlatego, który wystudjować chce charakter osoby z jej kciuka, posłużyć mogą następujące dane. Mający być oceniony kciuk wciska się silnie do wewnątrz ręki. Jeżeli on w tej pozycji sięga do drugiego członka palca wskazującego — jest zatem normalnie długi. Jeżeli dobrze dosięga drugiega członka, to jest długi, jeżeli jest o pół cala krótszy — to jest krótki. Normalny kciuk cechuje równowagę psyhiczną i w regule jest posiadacz jego dobrym i rzadko wychodzi poza siebie.

Długi kciuk jest oznaką, że właściciel jego jest sentymentalny, ale również posiada dobry talent organizacyjny. Z drugiej strony krótki kciuk charakteryzuje wspaniało myślność i skłonność postępowania wg. uczuć. Ludzie tacy lubią dużo mówić i chętnie dają wyjaśnienia na pytania.

Krótki, gruby kciuk oznacza brutalność, jeżeli posiada kształt młotka t. j. o ile jest na końcu zgrubiały, to jest oznaką myśli i skłonności morderczych. Dziwnym trafem także Bertillon stwierdził, że wiele morderców posiadało kciuk o tej formie.

Jeżeli ktoś posiada kciuk, który łatwo wtył przegiąć można, to jest człowiekiem, któremu można zawierzyć. Z pewnością jest on ciekawy, ale posiada równocześnie takt, który mu nie pozwala na niemiłe pytania. Jest wspaniałomyślny i pewny, chętnie przebacza i nie pozwala się łatwo nabierać. Jeżeli to jest kobieta — to jej ciekawość jest jeszcze większa. Będzie ona rozumną i oględną panią domu i będzie potrafiała tajemnicy dochować. Nie należy znowu jednak nigdy zwierzać się człowiekowi, którego górny członek kciuka jest bardzo krótki, gdyż taki człowiek nie może języka utrzymać. Jeżeli pierwszy i drugi członek jest jednakowo długi, to oznacza, że dany osobnik dokładnie rozważa i postanowienia swoje przezornie chwyta, że posiada siłę woli obrócić je w czyn. Jeżeli górny członek jest bardzo długi, to wskazuje skłonności do dumny ambicji.

Zarząd Stowarzyszenia »Rodzina Wojskowa« w Król. Hucie przekazał na rzecz bezrobotnych 200,— zł. Miejski Komitet do Spraw Bezrobocia w Król.-Hucie składa w imieniu bezrobotnych Szan. Zarządowi

serdeczne podziękowanie.

5 — 100 Złotych w bonach!

Ażeby dać możliwość skojarzynia się naszym czytelnikom przez ogłoszenie ożenku wzgl. zamążpójścia ustanowiliśmy bony. Za każde 5 z rzędu podawane ogłoszenie ożenkowe wydajemy bon na Zl 5,—, a za każdy 10 wypadek malżenski powstaly przez ogłaszanie w naszej gazecie premję w wysokości 100,— zł.

DOBRO-LUDU będzie dumne, jeżeli nasi Czytelnicy z działu ogłoszeniowego korzystać będą w wielkiej mierze i ZNAJDĄ ODPOWIEDNIĄ ŻONĘ LUB MĘŻA.

Dla zachowania ścisłej dyskrecji, przesyłane będą pisma, które wpłyną na ogloszenia ożenkowe tylko w neutralnych kopertach. Ogólnie wymiana pism nastąpi zawsze listownie bez podania w nagłówku firmy. Zaufanie za zaufanie!

Wydawn. Dobro-Ludu, oddz. dla ogłoszeń prywatnych

Zamówienia

na jaja do nasadzenia

białych kur Leghorn najlepszej hodowli, **jednodniowe kurczęta** przyjmuje

Farma-drobiu

Pusta - Kuźnica

poczta Lubliniec

Egzystencje!!

Piekarnie, rzeźnictwa, składy kolonjalne, domy osadnicze i t. p., realności znaleźć można przez

OGŁOSZENIA w

DOBRO-LUDU

Pismo miesięczne dla uzdrowienia narodu,

KATOWICE

SŁOWACKIEGO 19, - TEL. 805

Poszukuję

3000 złotych

na rozbudowę już istniejącej i dobrze prosperując. farmy kur. Dobre gwarancje, ewtl. może pieniędzo-dawca uzyskać możliwość egzyst.

Ofert. pod S 20 DobroLudu Katowice, Słowackiego 19.

Panie i Panowie

mogą znaleźć regularny

zarobek

przez sprzedaż pokupnego i ulubion. artykułu Oferty należy skierow.

LUBLINIEC skrz. pocztowa 28

Dla dobrze prosperującej DRUKARNI w okolicach przemysłowych poszukuje się

wspólnika

pracowitego z 10.000 zł które zostaną zagwarantowane. Oferty pod **A. 15** do Dobro Ludu

Nasze „DOBRO-LUDU" doprowadzi także i WP. w sposób dyskretny, elegancki i prędki do szczęścia małżeńskiego. Codzienne nowozameldowania i stałe dalsze polecania, gwarantują nam dobrą i celową pracę. Tysiące stosunków w handlu, przemyśle, gospodarstwie wiejskim, w kołach studenckich i urzędniczych. Panowie znajdą okazję do doskonałego wżenku. Zamożne panie wniosą kapitał do małżeństwa na pewne podstawy. Ale także wiele pań bez majątku znalazło przez nas upragnionego towarzysza życia.

Prosimy się do nas zwrócić z całem zaufaniem. Nie żadne zawodowe pośrednictwo. Osobiste dane pożądane, abyśmy mogli dostarcsyć odpowiedni materjał bez zobowiązania, bezpłatnie, zamknięty bez nadawcy za :opłatą 50 groszy. — — — — — Prosimy dołączyć znaczek na odpowiedź.

Wydawnictwo Dobro-Ludu

Oddział dla ogłoszeń prywatnych.

Przystojna

panna

początek 20 lat, dobrej prezentacji, ciemno-blond, trochę zamożna, życzy sobie męża wykształconego i na dobrej posadzie. Tylko serjotraktowane oferty uprasza się kierować pod Z. **21**, „Dobro-Ludu", Katowice

---

Intelegentncj pani, wzgl.

wżeni

się chętnie w już istniejące przedsiębiorstwo, dzielny i inteligentny kupiec żelaźniak i rolnik, 30 lat, średniego wzrostu, zupełnie zdrów. Przyjaciel przyrody. Poważne oferty pod Z. **22** do „Dobro-Ludu", Katowice

---

Kupiec

akademik, na dobrej posadzie, 35 lat, poszukuje gospodarnej towarzyszki życia z trochę gotówką. Wdowa z 1 dzieckiem lub zainteresowane panny zechcą składać oferty pod

Z. **23**

do „Dobro-Ludu", Katowice

28-letnia

blondynka życzy sobie miłego i poważnego towarzysza życia (pianista lub skrzypek) zapoznać przez wymianę listów. Nieanonimowe oferty uprasza się pod

Z. 25

Dobro Ludu, Katowice

Fotografje,

które wpłyną na ogłoszenia ożenkowe prosimy zawsze zwrócić. Zaufanie za zaufanie. Przesyłającym fotografje poleca się na odwrotnej stronie fotografji

DOKŁADNY

ADRES

podać.

Trzydziestoletnia intelegentna, przystojna, pracująca w handlu, zamożna, z bardzo ładną wyprawą, życzy sobie wyjść

zamąż

za dobrze sytuowanego pana. Poważne oferty pod

Z. 24

Dobro-Ludu, Katowice

26-letnie

ładne, miłe dziewczę z wyprawą i oszczędnościami szuka znajomości panów celem ożenku. Urzędnicy mają pierwszeństwo, także wdowcy z jednem dzieckiem. Oferty pod

Z. 26

Dobro-Ludu, Katowice

Kupiec

na kierowniczej posadzie, 30 lat, zamierza się usamodzielnić, szuka zatem znajomości młodej, solidnej katolickiej pani celem ożenku. Córki właścicieli przedsiębiorstw, (majątek gotówkowy) mają pierwszeństwo. Poważnie traktowane oferty wraz z fotografją pod **Z. 27**

Dobro-Ludu, Katowice

Kopalnia złota gwarantująca miesięczny zarobek zł 2.000 jest z powodu przerzucenia się na inną gałąź pracy do sprzedania. Potrzebne są do przejęcia zł 30.000,—. Specjalne wiadomości fachowe niepotrzebne, gdyż jest wpracowany personel OFERTY pod **A. 19** „DOBRO LUDU", KATOWICE.

Od wydawnictwa

Wydawnictwo „Dobro Ludu“ wypłaciło w dalszym ciągu koszta leczenia (lekarza i lekarstwa) następuj. abonentom:

Der Verlag erstattete im weiteren Verlauf die Kosten für Arzt und Arzneien folgenden Abonnenten des „Dobro Ludu“: infolge Krankheiten:

Klose Wilhelmina, Król.-Huta, Mickiewicza 41
Hilla Berta, Król.-Huta, Sobieskiego 5
Schuheida Maksymiljan, Wielkie Hajduki, Krakowska 101
Wietrzniok Jan, Nikiszowice, Kościelna 4
Wietrzniok Karol, Nikiszowice, Kościelna 4
Wietrzniok Urszula, Nikiszowice, Kościelnia 4

Kasza Paweł, Ruda, Bytomska 32
Nowak Augustyn, Lipiny, Bytomska 38
Stasz Eryk, Lipiny, Marcina 23
Pitsch Hildygarda, Siemianowice, Smiłowskiego 9
Roether Anna, Siemianowice, Bytomska 18
Freudenberg Jadwiga, Piotrowice, Pocztowa 31
Piontek Marja, Chorzów, Kościelna 43
Dewor Aloizy, Katowice, Powstańców 4
Krafczyk Jan, Mysłowice, Sienkiewicza 15
Kopiec Marja, Nowa-Wieś, 3-go Maja 53
Blaut Berta, Przyszowice, Główna 142
Pelke Marta, Bytków, Wiejska 31
Berthold Emma, Kostuchna, Miodowa 2
Hansel Edith, Orzech, Główna
Nowak Franciszka, Król-Huta, Gimnazjalna 8
Kurek Franciszka, Roździeń-Szopienice, Hutnicza 7
Proba Magdalena, Katowice, Mikołowska 123
Golley Agnieszka, Katowice, Kochanowskiego 4
Jersch Herbert, Wilcza-Dolna, Rybnik
Kozłowski Paweł, Sucha Góra, Główna 21
Biela Emilja, Piekary Rudne, Główna
Urbanek Rita, Król. Huta, Ogrodowa 7
Brachmański Marja, Radlin, pow. Rybnik
Sekuła Józef, Syrenia
Cierpka Helena, Król.-Huta, 3-go Maja 15
Kellermann Gustav, Siemianowice, Pszczelnicza 4
Nowak Christian, Król. Huta, Gimnazjalna 8
Kwiatkowski Paweł, Repty-Nowe
Beck Jerzy, Katowice, M. Piłsudskiego
Fuchs Leon, Mysłowice, Piaskowa 38
Lamla Engelbert, Katowice, Batorego 3
Drożdz Kazimierz Katowice IV., Wiejska 1
Szatan Jacek, Radzionków, Damrota 31
Erm Magdalena, Orzesze, pow. Pszczyna
Fiszer Augustyna, Katowice, Krakowska 130
Wybieralski Alojzy, Siemianowice, Bytomska 22
Koletzko Leokadja, Katowice, Wojewódzka 18
Mansel Fryderyk, Hołdynów-Stary 55
Stroka Weronika, Kochłowice, Główna 53
Przybylla Karol, Król-Huta, Hajducka 23
Tomaszczyk Zofja, Rydułtowy, Mickiewicza 4
Michalczyk Anastazja, Orzech, Główna 13
Schembor Henryk, Wielkie Hajduki, Krakowska 23
Heider Jerzy, Król-Huta, Wolności 96
Posielek Elżbieta, Świętochłowice, Długa 10
Ritzke Marja, Katowice, Staczyńskiego 2
Prokscha Franciszka, Katowice-Ligota, Ligocka 124
Raczyński Marjan, Świętochłowice, Długa 7
Rölle Werner, Mysłowice, Pszczyńska 9
Dyjas Jan, Katowice, Francuska 57

Nr. 6 ❋ Juni 1933 ❋ Jahrg. 3

DOBRO LUDU

(VOLKSWOHL)

Zentral-Organ für die Spar- und Darlehenskasse Genossenschaft m. b. H. und MONATSSCHRIFT für VOLKS-GESUNDUNG

KATOWICE

ul. Słowackiego 19

TELEFON Nr. 805.

Verlag: Dr. Emanuel Kwaśnik, Katowice, ul. Słowackiego 19, I. Etg.
Druck: Drukarnia Max Rölle, sp. z ogr. por., Mysłowice, ul. Pszczyńska 9.

Dobro Ludu
(Volkswohl)

Zentral-Organ für die Spar- und Darlehenskasse Genossenschaft m. b. H. und Monatsschrift für Volksgesundung

Verantwortl. Schriftleiter: Dr. chem. Em. Kwaśnik, Katowice, Słowackiego 19

Redaktion und Administration: KATOWICE, ul. Słowackiego 19 I. Etge., Tel. 805.
Konto: P. K. O. Katowice Nr. 307 802. — Bezugspreis: 50 gr monatlich.

Nr. 6 — Katowice, Juni 1933 — Jahrg. 3

Sozial-Wirtschaftliche Spar- und Darlehenskasse „Dobro Ludu“

Genossenschaft mit beschränkter Haftpflicht in KATOWICE.

Im Anschluß an die in der letzten Nummer unserer Zeitschrift erwähnten Gründungsversammlung sowie die Annahme des Protokolls und des Statutes der Sozial-Wirtschaftlichen Selbsthilfe wollen wir unseren Kunden die „Allgemeinen Spar- und Darlehensbedingungen“ bekanntgeben, damit jeder bei Beantragung eines Darlehens die Geschäftsbedingungen kennt.

Allgem. Spar- u. Darlehensbedingungen.

§ 1. Antrag.

Der Sparer hat auf dem vorgeschriebenen Formular der Spoldzielnia Dobro Ludu, Katowice, ein Antrag auf Gewährung eines zinsfreien Darlehns nach Maßgabe der nachstehenden Bedingungen zu stellen. Die im Vordruck angeführten Fragen sind warheitsgemäß zu beantworten. Mündliche Neben Abreden, Bedingungen über die Gültigkeit des Antrages, Abweichungen von den Geschäftsbedingungen sind unzuläßig und begründen keinen Rechtsanspruch. Was nicht im Antrag steht, ist für die Spoldzielnia unwirksam. Die Spoldzielnia kann Anträge, ohne Angabe von Gründen, ablehnen.

§ 2. Police.

Jeder von der Spoldzielnia angenommene Antrag wird durch Zusendung eine Police bestätigt. Mit der Aushändigung der Police ist der Vertrag rechtskräftig geschlossen und die Spoldzielnia sowohl als auch der Sparer sind zur Einhaltung der vertraglich getroffenen Abmachungen verpflichtet.

§ 3. Antragssumme.

Die Höhe der Antragssumme ist begrenzt. Die Mindestsumme beträgt 100,— Zł, die höchst zuläßige Summe Zł 3000,—. Die Summen müssen immer auf volle Zł 100,— lauten. Wird evtl. eine höhere Darlehnssumme als 3000,— Zł gewünscht, so werden mehrere Anträge auf denselben Namen lautend abgeschlossen.

§ 4. Verwendung des Darlehens.

Die Spoldzielnia gewährt ihren Darlehensanwärtern unkündbare-zinslose Darlehen für folgende Zwecke:

a) **für den Ankauf von Möbeln, Haushaltungsgegenständen und Aussteuerzwecke,**

b) **für den Ankauf von Maschinen und Einrichtungsgegenstän, den zu gewerb- oder geschäftlichen Zwecken,**

c) **Kapitalbildung zur Gründung eines Geschäfts,**

d) **zur Abtragung von drückenden Schuldverpflichtungen und Prozeßführung,**

e) **zur Stellung von Kautionen bei Stellungs- oder Geschäftsübernahme,**

f) **zur Existenzgründung und Studienzwecke,**

g) **bei Krankheits- und Sterbefällen,**

h) **für Erholungsreisen, Kuraufenthalt, sowie für alle Entschuldungszwecke.**

§ 5. Spar-Verpflichtungen.

Jeder Sparer ist verpflichtet, die tariflich gewählten monatlichen Raten bis zum 10. eines jeden Monats einzuzahlen und zwar auf das Postscheckkonto Nr. . . . . . (Sparkonto in Katowice). Jede verspätete Zahlung hat eine entsprechende Verlängerung der Wartezeit zur Folge. Die eingezahlten Gelder werden nicht verzinst.

§ 6. Zahlungs-Verzug.

Bleibt der Sparer mit seinen Sparbeträgen länger als 2 Monate im Rückstande, so ist die Spoldzielnia berechtigt, den rückständigen Betrag durch eine Nachnahme-Karte, zuzüglich der entstehenden Kosten (Porto und Schreibgebühren) oder durch den Kassierer einzukassieren, der berechtigt ist, die fällige Summe plus 10 % Zuschlag einzuziehen. Einer besonderen Mitteilung hierfür bedarf es nicht. Bei 2-monatlichem Zahlungsverzug ruhen die Rechte aus dem Vertrage. Der Anspruch der Spoldzielnia auf die Verwaltungskosten bleibt bestehen. Ist ein zugeteilter Sparer mit 3 aufeinander folgenden Tilgungs-Raten im Verzuge, so ist der Restbetrag sofort fällig und zahlbar. Für rückständige Tilgungsraten werden Verzugszinsen in Höhe von 1% über dem jeweiligen Reichsbankdiskont für jede verspätet eingegangene Rate erhoben. Das Konto des säumigen Zahlers wird entsprechend den Forderungen belastet.

§ 7. Werbekosten.

Jeder Antragsteller hat für die Spoldzielnia einen **Mitgliedsbeitrag von 50 Zl einzuzahlen,** welcher in 10 Monatsraten je 5,— Zl zu zahlen ist und bei einem evtl. Austritt unverzinst zurückerstattet wird. Bei einer Darlehnsbeanspruchung zahlt der Antragsteller einen einmaligen Werbekosten-Beitrag von 3% der Antragsumme. Die Werbekosten werden bei Annahme des Antrags fällig. Diese Werbekosten gelten in jedem Falle (ausschließlich Ablehnung des Antrages) als verfallen. Ein Drittel, also 1% ist an den Aufnahme-Vertreter gegen Quittungserteilung zu zahlen. Die anderen 2% werden zugleich mit einer Policenausfertigungsgebühr von Zl 3,— für jeden gestellten Antrag durch Postnachnahme, unter gleichzeitiger Zusendung der Police erhoben. Bei Ablehnung eines Antrages erhält der Antragsteller den an den Aufnahme-Vertreter gezahlten Betrag zurück.

§ 8. Verwaltungskosten.

Der Sparer hat an Verwaltungskosten monatlich 0,5% der Antragssumme zu zahlen. Dieser Betrag wird dem Konto des Sparers für ein

Jahr im voraus zugerechnet. Angefangene Monate werden voll berechnet. In den Spar- und Tilgungsraten sind die Verwaltungskosten enthalten, sie sind also nicht gesondert zu zahlen.

§ 9. Sicherheit der Sparer.

Nach Zuweisung eines zugeteilten Darlehens ist vor der Auszahlung desselben eine beglaubigte Schuldurkunde anzuerkennen, nach welcher der Darlehnsnehmer erklärt und sich verpflichtet, daß die angegebenen Pfandstücke und die sonst gestellten Sicherheiten solange der Spoldzielnia gehören, bis die letzte Tilgungsrate gezahlt ist. Die Spoldzielnia ist berechtigt, sich vor Auszahlung des Kapitals auf jede ihr geeignet erscheinende Weise davon zu vergewissern, daß das Darlehen durch den Versicherungsnehmer in jeder Hinsicht genügend gesichert wird. Außerdem müssen die Sicherheiten gegen Untergang oder Beschädigung (z. B. gegen Feuer usw.) versichert sein. Die Versicherungsart, die Höhe und die Versicherungsgesellschaft bestimmt die Spoldzielnia, soweit keine Versicherung vorhanden ist. Die Spoldzielnia kann die Zuteilung des Kapitals widerrufen, oder die sofortige Rückzahlung des schon ausgezahlten Kapitals verlangen, wenn:

a) die angebotenen oder gestellten Sicherheiten nicht lasten- und beschränkungsfreies Eigentum des Darlehnsnehmers und Rechte dritter an den Pfandstücken der Spoldzielnia verschwiegen worden sind,

b) der Darlehnsnehmer seine Zahlungen einstellt oder in Konkurs gerät,

c) der Darlehnsnehmer der von der Spoldzielnia vorgeschriebenen Versicherungspflicht nicht nachkommt, oder die fälligen Prämien nicht pünktlich zahlt.

d) Uns übereignete Gegenstände sind dem Zugriff Dritter nicht ausgesetzt; bei etwa vorkommenden Pfändungen, werden wir in jedem Falle intervenieren. Die durch den Sicherungsübereignungsvertrag festgelegten Gegenstände sind solange unser Eigentum, bis die letzte Tilgungsrate gezahlt ist.

Diese Sicherheiten können bestehen in Gehalts- und Renten-Abtretungen, Hypotheken-Eintragungen, Ländereien, Bürgen, Mobilar, Laden- und Wohnungseinrichtungen, Klavieren, Maschinen oder sonstigen sicheren Werten.

§§ 10, 11. Wartezeit und Darlehnszuteilung.

1. Die Zuteilung erfolgt nach den verfügbaren Mitteln, möglichst in jedem Monat. Die Einreihung in die Zuteilungsgruppe geschieht nach einer Wartezeit von 2—4 Monaten bei kleineren Darlehen, bei größeren bis 8 Monate, wenn die bis zur Zuteilung fällig gewesenen Pflichtzahlungen pünktlich eingezahlt worden sind, und diese mindestens die Höhe von 20% der Antragssumme erreicht haben. Die Zahlung der monatlichen Pflichtraten muß bis zum Tage der Zuteilung vor sich gegangen sein. Für die Zuteilung ist die Höhe der Rangzahl maßgebend, die sich aus den errechneten Sparraten ergibt.

2. Die Zuteilung erfolgt gemeinsam durch die Geschäftsleitung und den Verwaltungsbeirat im Beisein und unter Mitwirkung eines Prüfers (Prüfer ist ein für einen Monat gewähltes Mitglied der Spoldzielnia). Die erfolgte Zuteilung wird den Sparern schriftlich mitgeteilt. Ist

innerhalb 2 Monate, von dieser Mitteilung an gerechnet, über die Verwendung des Darlehns keine Verständigung erzielt oder sind die erforderlichen Sicherheiten bis dahin nicht gestellt, so kann die Spoldzielnia das Kapital einem anderen Sparer zuerkennen. In diesem Falle hat der Sparer das Recht zu verlangen, einer nächstfolgenden Gruppe zugeteilt werden.

§ 12. Auszahlung des Darlehens.

Das zugeteilte Darlehen kommt zur Auszahlung, wenn:

a) der Nachweis der Sicherstellung des Darlehns nach § 13 der Bedingungen erbracht ist.

b) die etwa von der Geschäftsführung verlangten ausführlichen Unterlagen beigebracht worden sind und wenn der Sparer den Nachweis erbracht hat, daß kein Vermieter Pfandrecht (§ 559 d. BGB.) auf den zu übereignenden Sachen ruht.

§ 13. Darlehnssicherung.

Als Sicherheit für das zugeteilte Darlehen zuzüglich Verwaltungskosten hat der betreffende Sparer einen schriftlichen Sicherungs-Übereignungs-Vertrag, oder nach Wahl der Spoldzielnia einen Verwahrungs- oder Leihvertrag mit der Spoldzielnia im Sinne des § 930 BGB. zu tätigen. Die Form und den Inhalt dieser Verträge schreibt die Spoldzielnia vor. Die Spoldzielnia ist berechtigt, gegebenenfalls ein zusätzliche Sicherheit zu verlangen. **Die durch die Hergabe des Darlehns, Abschätzung und Prüfung der Sicherheiten etwa entstehenden Kosten muß der Sparer nach Mitteilung dieser erstatten.** Außerdem trägt der Sparer sämtliche Kosten und öffentlichen Abgaben, die aus seinem Spar-Vertrag hervorgehen. **Ebenso wird durch Porto, Schreibgebühren und Zeitungsgeld das Konto des Sparers belastet.** Zur Deckung von Verlusten aus der Darlehnsgewährung wird bei Auszahlung des Darlehns eine einmalige Risikoprämie von 2% der Vertragssumme gekürzt und zur Bildung eines Reservefonds verwandt. Der Vorstand hat, wenn ein Verlust endgültig feststeht, binnen 3 Manaten nach Feststellung über den Reservefonds zu verfügen, und das Vermögen kann zur Durchführung einer schnelleren Darlehnsausschüttung vorgeschossen werden.

§ 14. Auszahlung der Darlehnsumme.

Wenn die Bedingungen der §§ 12 und 13 seitens des Sparers erfüllt worden sind, so erfolgt die Auszahlung:

a) bei Neukauf, grundsätzlich unmittelbar an den Lieferanten,

b) in allen anderen Fällen entscheidet die Spoldzielnia an wen gezahlt werden soll. Es ist dem Darlehnsnehmer soweit wie möglich entgegen zu kommen.

§ 15. Tilgung.

Die Tilgung des erhaltenen Darlehns zuzüglich Verwaltungskosten hat in monatlichen Raten, die im Voraus zahlbar sind, je nach nach der gewählten Tilgungstabelle zu erfolgen. Die Zahlungen sind spätestens bis zum 10. eines jeden Monats zu leisten. Die aus den Spar- und Til-

gungstabellen ersichtlichen Beträge enthalten auch die Verwaltungskosten. Es sind also höhere Zahlungen als die verpflichteten Tilgungsraten nicht zu leisten.

§ 16. Kündigung des Vertrages.

Dem noch nicht zugeteilten Sparer steht nach Ablauf des ersten Vertragsjahres jederzeit das Recht zu, vom Vertrage zurückzutreten. Der Rücktritt muß dann mittels eingeschriebenen Briefes erklärt werden. Es bedarf keiner Gründe. Die Verwaltungskosten für das angefangene Vertragsjahr hat der zurücktretende Sparer in jedem Falle voll zu zahlen, ebenso die vollen Werbekosten. Zur Sicherung dieser Verwaltungskosten steht der Spoldzielnia das Aufrechnungsrecht gegenüber den eingesparten Raten zu. Ein sich ergebender Überschuß ist an den Sparer dann zurückzuzahlen, wenn seine Spar-Police an einen anderen Interessenten übertragen wurde, und dieser den zurückerforderten Betrag mindestens eingespart hat. Dem zugeteilten Sparer steht eine Kündigung unter Beachtung einer Tilgungsfrist von 3 Monaten zum Ende eines jeden Kalenderjahres zu, wenn das ihm gewährte Darlehen mit allen bis dahin fälligen Verwaltungskosten zurückgezahlt wird. Die Spoldzielnia kann den Vertrag mit sofortiger Wirkung kündigen, wenn:

a) der noch nicht zugeteilte Sparer länger als 3 Monate mit der Zahlung seiner Pflicht-Beiträge im Rückstande ist,

b) der zugeteilte Sparer länger als 3 Monate mit der Tilgung trotz Mahnung im Verzuge ist,

c) die beliehenen Pfandobjekte in der Pflege offensichtlich vernachlässigt werden, sodaß ihr Zeitwert nicht erhalten bleibt,

d) die auf dem Fragebogen angeführten Sicherheiten nicht nur für das auszuzahlende Darlehen angegeben, sondern auch bei Nichterfüllung des Vertrages von der Spoldzielnia pfändbar sind,

e) der Sparer übermäßig verschuldet, außergerichtlich seine Zahlung einstellt oder in Konkurs gerät,

f) das beliehene Pfandobjekt nicht seinem Wert entsprechend gegen Feuer und Einbruchdiebstahl versichert bezw. die hierauf fälligen Prämien nicht rechtzeitig bezahlt sind,

g) die Versicherungsart, die Höhe und die Versicherungsgesellschaft bestimmt die Spoldzielnia. Eine bereits bestehende Versicherung bei einer guten Versicherungsgesellschaft wird mit der Genehmigung der Spoldzielnia als genügende Deckung angesehen.

§ 17. Abtretung des Vertrages.

Will ein Antragsteller vom Vertrage zurücktreten, so kann derselbe seine Rechte und Pflichten aus dem geschlossenen Darlehnsvertrag mit Genehmigung der Spoldzielnia an eine andere Person übertragen. Für die Umschrerbung wird eine Gebühr von 1 % der beantragten Summe mindestens jedoch Zł 5,— erhoben. Die Kündigung hat durch Einschreibebrief zu erfolgen. Die Verwaltungskosten gemäß § 8 sind in jedem Falle zu zahlen und werden nicht zurückerstattet. Stirbt ein Sparer, so können seine Erben, die auf Anforderung einen Erbschein vorlegen müssen, gemeinschaftlich den Darlehns-Vertrag innerhalb 1 Monats nach dem Tode eines Sparers mit einer Frist von 3 Monaten zu Jahresende kündigen.

§ 18. Stundung.

In Fällen unverschuldeter Not des Sparers, wie Krankheit, Erwerbslosigkeit etc. kann die Spoldzielnia von Fall zu Fall, für die Dauer der Notzeit, hinsichtlich der Ein- und Rückzahlungen und der Verzugskosten eine gewisse Milderung eintreten lassen.

§ 19. Lebensversicherung.

Die Spoldzielnia ist bereit, jeden Sparer, der bei Zuteilung des Darlehns das 50. Lebensjahr nicht überschritten hat, vollkommen gesund ist und in den letzten 3 Jahren, gerechnet vom Tage der Darlehns-Zuteilung, keine ernsthaften bezw. chronischen Krankheiten durchgemacht hat, auf seinen Antrag der Vorauszahlung des Darlehns gestellt sein muß, und gegen die schriftliche Verpflichtung für die restliche Vertragsdauer jährlich 1% der Antragssumme als Entgeld für den Versicherungsschutz zu zahlen. Einen Schutz der Person zu gewähren, daß im Falle seines Todes die Erben von jeder weiteren Zahlungspflicht der Spoldzielnia gegenüber befreit sind und die bei seinem Tode bestehende Restschuld bei der Spoldzielnia erloschen ist. Unter diesen eingeräumten Lebensversicherungsschutz verfällt aber die Restforderung der Spoldzielnia nur dann, wenn der Sparer bis zu seinem Tode seinen Verpflichtungen aus dem Spar- und Darlehns-Vertrag immer pünktlich nachgekommen ist. Bei Selbstmord des Sparers tritt der eingeräumte Lebensversicherungsschutz nur dann ein, wenn beim Ableben des Sparers seit Gewährung des Lebensversicherungsschutzes . . . . verstrichen sind, oder wenn der Nachweis erbracht wird, daß die Tat in einem, die freie Willensbestimmung ausschließenden Zustand krankhafter Störung der Geistestätigkeit oder schwerer körperlicher Leiden begangen ist.

§ 20. Nachrichten-Organ.

Jeder Sparer ist zum Bezuge des Nachrichten-Organs verpflichtet, welches die Spoldzielnia nach Möglichkeit allmonatlich herausgibt, hierfür wird ein Bezugspreis von 50 Groschen für jede Nummer erhoben, bezw. das Konto des Sparers mit diesem Betrage belastet. Das Mitteilungsblatt enthält stets wichtige Mitteilungen, nicht nur für die Sparer, sondern auch für diejenigen Mitglieder, die bereits zugeteilt sind. Etwa notwendig gewordene Änderungen der allgemeinen Bedingungen und Tarife werden im Nachrichten-Organ bekannt gegeben.

§ 21. Wohnsitzänderungen.

Jeder Wohnungswechsel des Anwärters vor und nach der Zuteilung des Darlehns ist der Spoldzielnia sofort bekannt zu geben. Bei allen An- und Rückfragen sind entsprechende Freimarken beizufügen, evtl. Unkosten bei Nichtangabe der Wohnungsänderung fallen den Anwärtern zu.

§ 22. Erfüllungsort und Gerichtsstand.

Erfüllungsort und Gerichtsstand ist Katowice. Sämtliche Zahlungen sind nur an die von der Spoldzielnia angegebenen Zahlstellen zu leisten. **Zahlungen an andere Stellen insbesondere an Vertreter gelten als nicht erfolgt, und die Spoldzielnia lehnt hierfür die Haftung ab.** Die einzelnen Zahlungen werden nich bestätigt. Die Einzahlungs-

beläge gelten als Zahlungsnachweis. Die Vertreter sind berechtigt, bei Aufnahme des Antrages 1/3 der Werbekosten gleich 1% der Antragssumme gegen Quittung in Empfang zu nehmen (vergl. § 7). Die durch die Hingabe des Darlehns und einer notwendig werdenden Abschätzung und Prüfung der Sicherheiten durch die Spoldzielnia oder einen von ihr Beauftragten, etwa entstehenden Kosten muß der Sparer sofort nach Angabe erstatten und auf Verlangen der Spoldzielnia vorschießen. Außerdem erstattet der Sparer der Spoldzielnia sämtliche Kosten und öffentlichen Abgaben, die auf seinem Spar-Vertrag und seiner Durchführung fußen, sofort nach Angabe dieser. Für notwendige Mahnungen berechnet die Spoldzielnia als Mahnkosten das 4-fache des Briefportos für einen gewöhnlichen Brief bis 20 Gramm im Fernverkehr.

§ 23. Änderungen der Bedingungen.

Etwa notwendig werdende Änderungen der Spar- und Darlehnsbedingungen sowie der Tarife werden im Nachrichten-Organ bekannt gegeben und erlangen dem einzelnen Sparer gegenüber Rechtswirksamkeit, wenn er nicht innerhalb 4 Wochen vom Tage der Bekanntmachung der Änderungen durch Einschreibebrief bei der Spoldzielnia Einspruch erhebt.

§ 23. Körperschaften.

Die Spoldzielnia ist befugt, die Bedingungen eines An- und Abzahlungsvertrages sinngemäß auch auf Körperschaften des öffentlichen und privaten Rechts anzuwenden.

§ 26. Versicherungssteuer.

Von der monatlichen Rate ist nach dem am . . . in Kraft getretenen gesetzlichen Bestimmungen eine Versicherungssteuer von 2% der Prämie zu zahlen. Diese Versicherungssteuer ist monatlich mit der Rate einzusenden.

Kläre auf und werbe!

Für alle Mitarbeiter.

1. Jeder Vertrauensmann und jeder Vertreter hat sich bei der Werbung streng nach den Bestimmungen und Bedingungen zu richten.

1. Die Bestimmungen und Bedingungen sind deshalb vorhanden, daß sie von beiden Teilen genau eingehalten werden.

3. **Sonderbestimmungen jeder Art haben keine Gültigkeit. Insbesondere enthalte man sich jedweder Versprechungen.**

4. Bei der Werbung sei wahr und offen und fasse dich so kurz als möglich. Jedes lange Schwärmen ist zu unterlassen. Kläre den Interessenten aber zweckmäßig über den Sinn **der Selbsthilfe und des Zwecksparens auf.**

5. Versuche nicht, den zu werbenden Volksgenossen durch seine Reden und mündliche Zusicherungen in ein Märchenland zu versetzen, dann verliert er das Vertrauen.

6. Vergesse nie, daß der Interessent, der zu uns kommt, ein besonderes Anliegen hat, darum lasse dich genau unterrichten. Wirst du aus ihm nicht klug, so stelle kurze und präzise Fragen, um alle Irrtümer zu vermeiden. Besonders gelagerte Fälle unterbreite der Geschäftsleitung.

7. Besonders mache darauf aufmerksam, daß Zuteilungen nur vorgenommen werden können, wenn die Bedingungen restlos erfüllt sind und in der Entrichtung der vertraglichen Raten keine Verzögerung eintritt.

8. Unterrichte den Interessenten genau präzise **vor Abschluß eines Antrages**, welche Zahlungen er zu leisten hat, und wie er sie leisten muß. Verknüpfe damit die Wartezeit.

9. Bevor der geworbene Interessent den Antrag unterschreibt, mache ihn darauf aufmerksam, daß er sich mit dem leicht verständlichen Inhalt desselben vertraut macht.

10. Wer sich an diese Richtlinien hält, wird bei der Werbung stets Erfolg haben und sich schnell das Vertrauen der Interessenten erwerben.

Jeder Vertrauensmann und Vertreter muß ein besonderes Interesse an der restlosen Aufklärung der Interessenten haben. Die Erziehung zum Zwecksparгedanken, zur gegenseitigen Hilfsbereitschaft muß sein oberstes Ziel sein.

Der Wunsch
jeder Mutter, Hausfrau und Braut ....
eine Wäsche-Ausstattung!

In der vergangenen Zeit hatte die Frau es leichter, durch jahrelanges fleißiges Sparen und Anschaffen war sie in der Lage, ihre Wäscheaussteuer — der Stolz jeder jungen Braut — zusammenzutragen. Heute ist dieses, von wenigen Ausnahmen abgesehen, kaum noch möglich. Nicht nur, daß die erwerbstätige Braut lediglich noch in der Lage ist, ihren Lebensunterhalt zu bestreiten und den einen oder andern der Familie zu unterstützen, haben auch die langen Jahre der Wirtschaftskrise in die Bestände jeder sorgenden Hausfrau ein gähnendes Loch gerissen. Die kinderreiche Familie ist genau so wenig in der Lage, umfangreiche Wäscheeinkäufe zu tätigen, wie die Braut es sein wird an ihrem Hochzeitstage, ihre Leinenschränke einzufüllen mit Bett-, Leib- und Tischwäsche. Diesen Verhältnissen Rechnung tragend, haben wir den zuverlässigsten Weg gewählt, allen Berufsschichten zu helfen, und durch den Abschluß eines Zwecksparvertrages bei unserer Genossenschaft ist es jedem einzelnen möglich, seine Wäschebestände zu ergänzen, oder zu erneuern. Es ist jeder Braut möglich, komplette Brautausstattungen zu kaufen, ohne Gefahr zu laufen, den Verpflichtungen nicht nachkommen zu können. Ganz geringe monatliche Spar- und Tilgungsraten werden verlangt für den Kauf von Wäsche aller Art. Nach vorliegenden, stark reduzierten Preislisten, kann

jeder sich belieb g aussuchen und zusammenstellen, was er will. Dabei ist zu berücksichtigen, daß nur Qualitätsware geliefert wird, schon der Name „Lodz" nnd „Bielitz" bürgt für die Reinheit der Ware.

Auf Wunsch senden wir komplette Preislisten für alle Arten Bett-, Leib- und Tischwäsche, nebst einem Musterbuch, an Hand dessen man die Qualitäten prüfen und auswählen kann, kostenlos.

Deshalb belieben Sie, bei Brautausstattungen usw. nur einen Vertrag abschließen auf ein unkündbares Tilgungsdarlehen bei der Genossenschaft in Katowice. Dr. E. Kwaśnik.

Frühjahrskuren.

Dr med. Glück.

Überall beginnen unter dem Einfluß der Sonne neue, schöpferische Kräfte ihr Werk. Ein befreiendes Aufatmen, getragen von einer starken Sehnsucht nach Licht und Lebensfreude, beginnt alle Geschöpfe der Erde zu erfüllen. Der Sieg des Lichts, die Tatsache des Wiedererwachens und der Auferstehung soll im Osterfest lebendigen und inhaltvollen Ausdruck finden. Wer die anregenden Kräfte des Frühlings spürbar an sich erleben will, muß seinen Körper von den abgelagerten Schlacken und verbrauchten Stoffen befreien. Im Frühjahr kommt es in der Gesamtnatur und so auch im Menschen zu einer Erneuerung und Auffrischung des Körperbestandes. Viele Menschen empfinden diese Reinigung im Frühjahr als Müdigkeit und Arbeitsunlust. Diesen natürlichen Vorgang des sich mausernden Organismus müssen wir mit allen Mitteln unterstützen. Unsere Lebensweise, insbesondere unsere Ernährung muß sowohl die Ausschwemmung als auch den Neuaufbau fördern.

Die Frühjahrskuren können in den verschiedensten Formen durchgeführt werden. Wo die Voraussetzungen gegeben sind, kann für Wochen die Ernährung völlig geändert werden. Die Berufstätigen jedoch werden sich nur zu einer milden Kostveränderung entschließen. Vorbedingung für jeden Kurerfolg ist der Fortfall von Fleisch, Alkohol, Nikotin, Kaffee, Tee. Eine Obstkur verspricht gute Erfolge. Man ißt drei- bis viermal täglich in beliebigen Mengen rohes Obst mit etwas Nüssen und Getreideflocken, evtl. Haferzwieback. Das Obst muß entweder gut gekaut oder auf der Glasreibe oder Birscher-Raspel gerieben werden. Nüsse aller Art werden am besten durch die Nußmühle getrieben. Nur Erdnüsse müssen wegen ihrer harnsäurebildenden Wirkung gemieden werden. Wer es sich leisten kann, trinke bei der Obstkur morgens nur flüssiges Obst in Form von frisch ausgepreßten Apfelsinen- oder sachgemäß hergestellten Obstsäften, besonders Trauben-, Apfel- und Beerensäfte.

Gerade die Obstsäuren sind imstande, die abgelagerte giftige Harnsäure aufzulösen, zu neutralisieren und auszuscheiden. Eine ähnlich gute Wirkung hat eine Kur mit Frühjahrskräutern und rohen Gemüsen. Sowohl mittags wie auch zum Abendbrot verwendet man dabei wechselnd oder auch gemischt Feldsalat (Rapünzchen, Nüßchen), grünen Salat, Radieschen, Brunnenkresse, Löwenzahn, jungen Spinat, junge Zwiebeln Schnittlauch, Hopfensprossen, Schafgarbe, Sauerampfer, Sauerklee u. a. Man macht dieselben mit Zitronensaft und Öl (zusammengeschlagen) an

gibt Flocken bei (Weizen, Hafer, Mais, Reis, Hirse, Kleis, Maltobran). Ein Stück Schrotbrot mit Butter ist eine gute schmackhafte Ergänzung.

Wer nicht genügend frische Kräuter bekommen kann, verwende wechselnd Pflanzenrohsäfte. Blutreinigend wirken besonders Brennessel-, Birken- und Löwenzahnsaft und sind bei Rheumatismus, Ischias, Gicht, Nerven- und Leberleiden besonders zu empfehlen.

Früh nüchtern mag eine Kräuterteemischung, die als beliebtes Blutreinigungsmittel gilt, mit etwas Zitrone oder Honig getrunken werden. Ich empfehle folgende Mischung aus je 10 Gramm Pfefferminz, Salbei, Schafgarbe, Tausendguldenkraut, Johanniskraut und 5 Gramm Wermut. Bei Neigung zur Darmträgheit nimmt man noch je 10 Gramm Schwarzdornblüte und Faulbaumrinde dazu. Diese Teemischung ist am wirksamsten, wenn die Kräuter über Nacht im kalten Wasser angesetzt und dann morgens, mittags evtl. noch abends vor dem Gebrauch erwärmt werden.

Eine nahrhafte Bereicherung bieten Milchprodukte, besonders in Form von Quark, Sauermilch oder Joghurt. Wir geben etwas Schnittlauch, Petersilie oder fein geschnittene junge Zwiebeln bei, dazu eine Schnitte Schrotbrot oder Knäckebrot mit Butter, das wird Jedermann herrlich schmecken und ist ein bekömmliches Kräftigungsmittel. Kindern, die an Gneis, Schorf, Grind und Hautausschlägen leiden, entziehe man die Kuhmilch und verwende an deren Stelle Mandelmilch mit Honig, sowie Obst- und Gemüsesäften.

Alle sog. radikaleren Kuren, wie sie im Frühjahr besonders wirksam sind, mögen nur unter ärztlicher Aufsicht, am besten in anderer Umgebung vorgenommen werden.

Die Wirkung einer planmäßigen Frühjahrskur ist allseitig und tiefgreifend auf die gesamten Lebensvorgänge unseres Organismus. Das große Reinemachen wird begünstigt, Darm- und Nierentätigkeit angeregt, die Leber entlastet. Durch die reiche Zufuhr von Mineralsalzen und Vitaminen wird einer Krankheitsanlage entgegengearbeitet. Die Duftstoffe des Obstes und der Frühjahrskräuter wirken auf Drüsen und Nervensystem anregend. Erhöhte Frische und Arbeitsfreudigkeit werden unsere Mühe belohnen.

Tränen.

Zwar sitzen manchen Leuten die Tränen oft recht locker, doch wissen die wenigsten Bescheid über ihre Entstehung und Herkunft, wie über die Organe, die bei ihrer Bildung und Weiterleitung beteiligt sind.

Vielfach spricht man von „bitteren“ Tränen, weniger oft von „salzigen“, welcher Ausdruck wohl richtiger wäre, wie jeder erfahren kann, dem eine seiner Tränen in den Mund gerät. Die Tränen bestehen etwa zu 99 Prozent aus Wasser, geringen Mengen von Eiweiß und 0,8 Prozent Salze, meist Kochsalz bilden den Rest. Läßt man Tränen auf einer Glasplatte verdampfen, so kann man als Rückstand mikroskopische Salzkristalle nachweisen.

Wenn man von bitteren Tränen spricht, so wird man auf die Entstehung verstärkter Tränenströme hingewiesen, die dann eintreten, wenn physische Affekte auf die entsprechenden Nerven, besonders den nervus larvimalis, einen Reiz ausüben. Auch mag wohl durch rasches Zuströmen des Blutes nach dem Kopfe, gelegentlich seelischer Erregungen und körperlichen Schmerzes das tränenbildende Organ eine derartige Anregung erfahren, daß es zu besonders reichlicher Absonderung veranlaßt wird.

Die Tränen werden durch die Tränendrüsen abgesondert. Die Tränendrüse liegt im äußeren oberen Augenwinkel und ist an das Dach der knöchernen Augenhöhle angeheftet. Durch 7—10 feine Kanälchen werden die Tränen nach dem äußeren Augenwinkel geleitet, und sie überschwemmen von dort aus das Auge und benetzen zu gleicher Zeit die Schleimhaut der Lidinnenfläche. In dem inneren Augenwinkel sammelt sich dann die Flüssigkeit und fließt durch zwei trichterförmige Öffnungen, Tränenpunkte genannt, in die Tränenkanälchen. Sie sammelt sich in Tränensäcke und wird durch den Tränengang nach der Nasenhöhle abgeführt.

Diese Tränenabsonderung findet beim gesunden Menschen fortdauernd statt. Die Tränen schützen die vordere Fläche des Augapfels vor Flüssigkeitsverlust. Sie verleihen dem Auge der Gesunden den lebhaften Glanz, ihre mangelhafte Absonderung läßt das Auge der Kranken matt erscheinen.

Jedermann hatt schon die Erfahrung gemacht, daß die Tränen aber auch zum Schutze gegen von außen „ins Auge" gelangende Fremdkörper da sind. Rauch und Staub sollen abgenetzt werden. Ist die Reizung durch einen Fremdkörper gar zu groß (Insekt, Sandkörnchen usw.), so fängt das Auge an zu tränen, bis es ihm gelang, den Eindringling hinauszuschwemmen. Natürlich sind in einem solchen Falle, die feinen Tränenkanälchen mit ihren Tränenpunkten nicht imstande, die übergroßen Flüssigkeitsmengen aufzunehmen, die Augen fließen dann über. — Auch bei großer Kälte tränen die Augen, ein Beweis, daß der feuchte Mantel, der sich über die zarte Vorderfläche des Auges legt, auch in diesem Falle als Schutz dienen soll.

Bei Erkrankungen der tränenbildenden und der tränenleitenden Organe ist der Schutz des Auges durch Tränen ein mangelhafter. Derartige Erkrankungen müssen selbstverständlich von kundiger Hand behandeln werden. Aus den Salzen können sich die sogenannten Tränensteine bilden. Sie verstopfen die feinen Öffnungen und können zu Entzündungen und Vereiterungen führen. Ähnliche eitrige Entzündungen, besonders des Tränensackes, können auch im Anschluß an Verletzungen sowie im Gefolge von Bindehautentzündungen entstehen. Führen die Eiterungen zur Abzesbildung, so kann eine sogenannte Tränen- oder Tränensackfistel entstehen, das ist eine Mündung des Tränensackes nach außen, wobei meist noch die begrenzenden Knochenpartien in Mitleidenschaft gezogen werden.

Die Musik als Arznei
zur Wiederherstellung des seelischen Gleichgewichtes.

Ein jeder von uns hat gerade in den heutigen Tagen mehr oder weniger über den Verlust seines seelischen Gleichgewichtes zu klagen. Die Nachkriegszeit mit ihren verschiedenen für uns sich unangenehm auswirkenden Erscheinungen hat unser Nervensystem völlig zerüttet. Das schnelle Tempo der modernen Lebensweise, der harte Kampf um das tägliche Brot und das übermäßige Streben nach Reichtum, Ehre und Ansehen, sind die Veranlassung dazu, daß unsere Nerven fortwährend aufgepeitscht werden und nur selten, oder garnicht zur Ruhe kommen. Wer es bereits erfolglos versucht hat, giftige — für Herz, Leber, Nieren und Lungen meist schädliche — Nervenberuhigungsmittel einzunehmen, der wird sich schließlich die Frage vorlegen, auf welche Weise gewinne ich meine ursprüngliche Seelenruhe und das Gleichmaß in der Funktion des Nervensystems wieder, ohne den Gebrauch medizinischer Präparate? Lieber Leser, versuche zunächst einmal deinen Geist von der gewohnheitsmäßigen Konzentration, auf einen dir besonders wichtigen Gesichtspunkt abzulenken. Das gegebenste Mittel hierfür findest du in der Natur und in der Musik. Der Anblick des herrlichen, jungen Grün in Wald und Flur, sowie der Gesang der kleinen Vöglein, läßt dich allmälich ruhiger werden. Nicht zuletzt ist das Hören guter, melodienreicher Kompositionen als Heilmittel zu empfehlen. Welch große Erfolge die medizinische Wissenschaft in den Sanatorien für Nervenkranke durch Veranstaltungen wertvoller Konzerte erzielt hat, ist einwandfrei festgestellt worden.

Frau Musika, die schönste, freieste und erhabenste aller Künste läßt dich alle Sorgen und Lasten des Daseins vergessen; sie führt dich in ein Reich, in dem das kranke, bedrückte Herz und der erschöpfte Geist wieder auflebt. — Betreibe Musik mit Verständnis, Hingabe, Liebe und Ausdauer, und du wirst sehen, daß die Töne wie Balsam auf den Organismus wirken und dir nach und nach dein verlorenes, seelisches Gleichgewicht wiedergeben.

Elise Kaiser.

Daumen und Charakter.

Man sagt, daß der Daumen der wichtigste von allen Fingern ist, daß er es ist, der sozusagen die Intelligenz der Hand darstellt. Da ist es nicht so wunderbar, daß viele Menschen meinen, es bestehe ein gewisser Zusammenhang zwischen Daumen und Charakter, und man kann aus seiner Form, Größe usw. auf den Charakter seines Besitzers, seine guten oder schlechten Eigenschaften, seine Begabung usw., schließen.

Für den, der den Charakter einer Person aus seinem Daumen beurteilen will, werden folgende Angaben von Nutzen sein. Der zu begutachtende Daumen wird fest nach innen in die Hand gedrückt. Wenn er in dieser Stellung bis etwa unterhalb des zweiten Zeigefingergliedes reicht so hat er die normale Länge. Reicht er bis zum zweiten Glied, so ist e·

lang, bleibt er einen halben Zoll darunter, so ist er kurz. Der normale Daumen deutet auf seelisches Gleichgewicht und in der Regel ist der Besitzer gut und gerät selten außer sich.

Ein langer Daumen ist ein Zeichen dafür, daß der Besitzer sentimental ist, aber zugleich gutes Organisationstalent besitzt. Andererseits deutet ein kurzer Daumen auf Edelmut und die Neigung, nach den Angaben des Gefühls zu handeln. Solche Leute sind geschwätzig und geben gern Auskunft auf Fragen.

Ein kurzer, plumper Daumen deutet auf Brutalität, hat er aber die Form eines Hammers, d. h. ist er an der Spitze verdickt, so ist das geradezu ein Zeichen von Mordgedanken oder Mordneigungen. Eigentümlicherweise hat auch Bertillen festgestellt, daß viele Mörder Daumen von dieser Form haben.

Wenn jemand einen Daumen hat, den er leicht nach hinten beugen kann, so ist das ein Mensch, dem man vertrauen kann. Sicher ist er neugierig, aber er besitzt gleichzeitig Takt, der ihn an unangenehmen Fragen hindert. Er ist edelmütig und zuverlässig, verzeiht gern und ist nicht leicht zum besten zu halten. Ist es eine Frau, so ist ihre Neugierde noch stärker. Sie wird eine verständige und umsichtige Hausfrau sein und ein Geheimnis zu wahren wissen. Dagegen soll man sich niemals einem Menschen anvertrauen, dessen oberstes Daumenglied sehr kurz ist, denn ein solcher Mensch kann niemals den Mund halten. Wenn das erste und zweite Glied gleich lang sind, so bedeutet das, daß der Betreffende genau überlegt und seine Entschlüsse mit kluger Umsicht faßt, daß er Willenskraft besitzt, sie ins Werk zu setzen. Ist das oberste Glied sehr lang, so zeigt das Anlage zum Ehrgeiz.

Das Geheimnis des hohen Alters.

Ein berühmter englischer Arzt, der Professor an der Universität Cambridge, Sir Humphry Rolleston, hat es unternommen, in einem soeben erschienenen Buch „Ansichten eines Arztes über das hohe Alter" die Geheimnisse der Langlebigkeit zu ergründen. Nach seiner Ansicht steht vom Standpunkte der Physiologie aus dem nichts im Wege, daß jeder Mensch 100 Jahre werde, während die durchschnittliche Lebenserwartung in den modernen Kulturländern bei Männern etwa 55, bei Frauen etwa 59 Jahre beträgt. Unserer Generation ist es bereits geglückt, unserer Lebensdauer „eine Spanne hinzusetzen", verglichen mit der, die den Vätern geschenkt war. Aber die statistisch errechnete Aussicht auf längeres Leben wird zum großen Teil von der Abnahme der Kindersterblichkeit bedingt, die natürlich die Lebenserwartung des Babys vergrößert, ohne daß deshalb der Durchschnittsmensch in der Mehrzahl länger leben muß als sein Vorfahr. Jedenfalls ist nirgends ein Beweis dafür gegeben, daß unsere Lebensdauer sich auf 100 Jahre erstrecken könnte.

Das Geheimnis des Altwerdens liegt nach der Ansicht des englischen Gelehrten hauptsächlich in der Erbmasse, die jeder mitbekommt. Rolleston führt eine große Anzahl von Beispielen dafür an, daß die Kin-

der von Eltern, die alt geworden sind, ebenfalls hoch zu Jahren kommen. Als ein weiteres Element erscheint die Erhaltung der Tätigkeit von Geist und Körper Wer sich früh aus seinem Beruf zurückzieht und aufs „Altenteil“ setzt, trägt damit zur Verkürzung seiner Lebensspanne bei. Der Einfluß der persönlichen Gewohnheiten ist nicht leicht zu bestimmen. Übermäßiges Essen verhindert das Altwerden mehr als mäßiger Genuß von Alkohol und mäßiges Rauchen. Die meisten Leute sterben an etwas anderem, bevor noch Alkohol oder Tabak ihre langsam auftretenden giftigen Einwirkungen ausüben können.

Rolleston unterzieht die Verjüngungsmethoden, die in neuester Zeit angepriesen wurden, einer strengen Kritik und hält es für unmöglich, einen alten Menschen in ein jüngeres Stadium seiner Entwicklung zurück zu versetzen Nur wenige sterben an Altersschwäche, weil meist eine Krankheit den Lebensfaden vorzeitig abschneidet. Der häufig gehörten Behauptung, daß der Mensch „so alt ist wie seine Arterien“, widerspricht der Verfasser; er glaubt, daß viel wichtiger für die Langlebigkeit die Gesunderhaltung des Nervensystems sei. Nach der Geburt vermehren sich die Nervenzellen nicht mehr und ersetzen auch nicht verbrauchte Zellen, wie das bei anderen Teilen des Leibes der Fall ist; daher bedeutet das allmähliche Absterben der Nervenzellen im Gehirn und Rückenmark den Tod. Jedoch kann Willenskraft viel zur Gesunderhaltung solcher Zellen beitragen. Es ist eine oft beobachtete Tatsache, daß der Willen zum Leben einer der stärksten Lebenserhalter ist. Alter ist ansteckend Wer viel mit alten Leuten umgeht und sein Alter selbst betont, der wird nicht solange leben wie jemand, der den Verkehr mit der Jugend sucht und sich trotz hoher Jahre noch für jung hält.

„Frische Luft, wenig Essen, Abschütteln der Sorgen“, das sind die besten hygienischen Maßnahmen, um recht alt zu werden. Rolleston erläutert diese Anschauung an einem großen Material, das er den Lebensbeschreibungen der Methusalems der Weltgeschichte entnimmt.

Lustige Ecke.

Frau Kommerzienrat Lämmergeier war zur Kur in Marienbad. Nach vier Wochen telegrafiert sie ihrem Gatten: „Großartiger Kurerfolg, Hälfte meines Gewichts verloren, wie lange soll ich noch bleiben?“

Umgehend antwortet der Kommerzienrat: „Noch vier Wochen.“

****

Ein Arzt und ein Anwalt stritten sich darum, welcher der beiden Berufe einen mehr veredelnden Einfluß auf die Menschen ausübte.

„Wenn man euch Anwälte hört“, sagte der Arzt, „so könnte man beinahe glauben, daß alle Menschen, die mit euch zu tun haben, Engel sind“.

„Das kann schon sein“, erwiderte der andere, „aber ihr Ärzte macht sie erst dazu“.

****

„Sie könnten ganz gut mit Ihrem Gehalt auskommen, wenn Sie sich nach Ihrem Einkommen kleiden würden“.

„Bin noch nie ein Anhänger der Nacktkultur gewesen, lieber Freund.“